

第3回創玄杯躰道競技大会

主催：創玄会・三田道場

会場：中央区立総合スポーツセンター

日時：2026年6月21日（日）

2026/06/18追記

役員・審判入館 : 11:30

選手入館

- ・級位競技：11:40~11:50入館

- ・他競技参加者：12:05入館

(体育館前での待機禁止。開会式前は級位競技参加者のみ会場でアップ可能。)

開会式 : 12:10~

退館 : 21:10

目次

- ご挨拶
- 大会役員
- 競技内容・出場資格（概要）
- 時程表
- トーナメント
 - 1. 新人運足八法競技
 - 2. 男子段位個人法形
 - 3. 女子段位個人法形
 - 4. 男子級位個人法形
 - 5. 女子級位個人法形
 - 6. 男子段位個人実戦
 - 7. 女子段位個人実戦
 - 8. 男子級位個人実戦
 - 9. 女子級位個人実戦
- 試合会場アクセス
- ライブビューイング
- 諸注意
- 躰道五条訓

ご挨拶

第3回創玄杯躰道競技大会 大会 会長 安部 幸史郎

本日ここに、第3回創玄杯躰道競技大会を挙げる運びとなりました。開催に向けて尽力いただいた実行委員会の皆様、ならびに関係各位の熱意とご協力に、深く感謝を申し上げます。

本大会は、単に勝敗を競い合うだけではなく、指導者、審判、選手、役員といった創玄会に集うすべての者が共に躰道の真髓を研鑽し、互いの気付きを共有し合う学びの場です。

今回は創玄会の仲間のみが一堂に会する大会となりますが、この結束があるからこそ、より濃密で本質的な探求が可能となり、私たちが目指すべき躰道の深化を全員で追求できる絶好の機会であると確信しております。

私たちの理念は、「創造進化」によって躰道の未来（15%）を切り拓くことにあります。しかし、その大前提として、これまでの歴史の中で培われてきた「躰道の基盤（85%）」を正しく取り戻さなければなりません。今までの躰道の中には、私たちが今一度確認し、現代に生かしていかなければならない大切な教えや技術が数多く存在しています。これらを単なる知識に留めず、日々の修練の中でしっかりと具現化していくこと。それこそが、最高師範が創り上げられた本物の躰道へと近づく唯一の道です。

そこで、第3回となる今大会では、その具現化への具体的なアプローチとして「呼吸法」と「対の先」をテーマに掲げました。

心身を統制し技の源泉となる「呼吸法」、そして相手と対峙し一瞬の機を制する「対の先」。これらは躰道の真髓であり、私たちが立ち返るべき強固な土台そのものです。本日の競技や演武を通じて、この二つのテーマに深く挑み、最高師範の理想とされる躰道に一步でも近づくとともに、未来の「創造進化（15%）」へ繋がる強固な礎を築くことを期待いたします。

結びに、本大会の成功を祈念するとともに、本日ご参加いただいた皆様のさらなる研鑽と飛躍を心より願い、ご挨拶とさせていただきます。

大会役員

大会会長	安部 幸史郎	
大会審判長	安部 幸史郎	
大会審判員	安部 幸史郎、山際 真穂、河村 康央、古田 一行、宇野 友季子、良本 真基、名倉 崇広、本田 拓馬、小松 慎太郎、佐藤 幹、磯野 遥、谷井 嶺太、齋藤 健太、吉本 一貴、阿部 舜、山口 海斗、富松 亮太、竹内 智一、鍵 慶和、塚原 泰、古家 采奈、阿部 哲郎、重村 優太、衣斐 花、豊田 航大	
大会実行委員長	良本 真基	
大会実行委員	創玄会	宇野 友季子、小松 慎太郎、佐藤 幹、藤田 政徳、吉本 一貴
	東京大学 運動会剣道部	山際 真穂、名倉 崇広、齋藤 健太、加納 蓮馬、大植 湘太
	慶應義塾大学 剣道部	阿部 舜、塚原 泰、重村 優太、衣斐 花、安田 甲士郎、水越 優太
大会進行委員	藤田 政徳(筆頭) 創玄会：奥谷真美 東大：坂本壮志、大里優佳、佐々木万凜、伊藤杏珠 慶應：生嶋望、安藤翠	
出場団体	創玄会	
	三田道場	
	東京大学運動会剣道部	
	慶應義塾大学剣道部	

競技内容・出場資格（概要）

No.	競技種目名	出場資格	競技内容
1	新人運足八法競技	初階及び一般無級・男女混合	以下のURLに掲載された筋で、運足・基本技を行う。 構えや運足、体気、動攻五戒の体得を重視し判定を行う。 https://youtu.be/Cdwavjp_hrk
2	男子段位個人法形競技	初段以上・男子	1回戦から決勝戦まで捻体の法形 法形の十大要素を基準として、基礎動作および動功五戒による基本技法により判定を行う。呼吸法が適切に用いられているかという観点も考慮すべきであることを改めて認識し、競技および判定を行うこと。
3	女子段位個人法形競技	初段以上・女子	1回戦から決勝戦まで捻陰の法形 法形の十大要素を基準として、基礎動作および動功五戒による基本技法により判定を行う。呼吸法が適切に用いられているかという観点も考慮すべきであることを改めて認識し、競技および判定を行うこと。
4	男子級位個人法形競技	1~6級・男子	1回戦から決勝戦まで変体の法形 法形の十大要素を基準として、基礎動作および動功五戒による基本技法により判定を行う。呼吸法が適切に用いられているかという観点も考慮すべきであることを改めて認識し、競技および判定を行うこと。
5	女子級位個人法形競技	1~6級・女子	1回戦から決勝戦まで変陰の法形 法形の十大要素を基準として、基礎動作および動功五戒による基本技法により判定を行う。呼吸法が適切に用いられているかという観点も考慮すべきであることを改めて認識し、競技および判定を行うこと。
6	男子段位個人実戦競技	初段以上・男子	競技時間1分半で実戦競技を行う。 基本的かつ発展的な実技の体得を重視し判定を行う。
7	女子段位個人実戦競技	初段以上・女子	また、操体の不十分な実技や制法・防手の未成熟な実技等は判定の引き下げも考慮する。
8	男子級位個人実戦競技	1~4級・男子	競技時間1分半で実戦競技を行う。 基本的かつ発展的な実技の体得を重視し判定を行うこととし、
9	女子級位個人実戦競技	1~4級・女子	競技時間の中で指導時間を設け、指導の程度を判定に反映させる。 また、操体の不十分な実技や制法・防手の未成熟な実技等は判定の引き下げも考慮する。

時程表

2026/06/18追記

時刻	Aコート	Bコート	アップ会場
11:30 11:50	役員集合・会場準備・審判打ち合わせ		-
11:50 12:10	(級位) アップ		第1武道場(試合会場)
12:10 12:25	開会式		-
12:25 13:15	男子級位法形A No1,2,3,4,5,11,12,13,14,19,20,23,26	男子級位法形B No6,7,8,9,10,15,16,17,18,21,22,24,25	
13:15 13:45	女子級位法形A No1,2,3,6,7,10,13	女子級位法形B No4,5,8,9,11,12	
13:45 14:30	男子級位実戦A No1,2,3,4,5,11,12,13,14,19,20,23,26	男子級位実戦B No6,7,8,9,10,15,16,17,18,21,22,24,25	
14:30 14:50	女子級位実戦A No1,4,5,8,11	女子級位実戦B No2,3,6,7,9,10	
14:50 15:10	(段位) アップ		
15:10 15:50	女子段位実戦A No1,2,3,6,7,8,9,14,15,18,21	女子段位実戦B No4,5,10,11,12,13,16,17,19,20	-
15:50 17:00	男子段位実戦A No1,2,3,8,9,10,11,12,13,14,15,24,25,26,27,32,33,36,39	男子段位実戦B No4,5,6,7,16,17,18,19,20,21,22,23,28,29,30,31,34,35,37,38	
17:00 17:50	女子段位法形A No1,2,3,8,9,10,11,16,17,20,23	女子段位法形B No4,5,6,7,12,13,14,15,18,19,21,22	
17:50 18:55	男子段位法形A No1,2,3,4,5,6,7,8,17,18,19,20,25,26,29,32	男子段位法形B No9,10,11,12,13,14,15,16,21,22,23,24,27,	
18:55 19:15	(新人) アップ		18:30～ 第2武道場(剣道場)
19:15 20:45	新人運足八法A No1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,27,28,29,30,31,32,33,34,43,44,45,46,51,52,55,58	新人運足八法B No14,15,16,17,18,19,20,21,22,23,24,25,26,35,36,37,38,39,40,41,42,47,48,49,50,53,54,56,57	
20:45 21:00	閉会式・表彰式		-
21:00 21:30	撤収・完全退館		

試合会場に観覧席はございません。開会式後は退室し、出場する競技・閉会式に合わせて再度ご来場ください。

【級位位競技参加者】

・ 級位競技：11:40～11:50入館(アップ後そのまま開会式)

・ 閉会式：20:45再入館

【段位競技参加者】

・ 開会式：12:05入館

・ 段位競技：14:30～14:50再入館

・ 閉会式：20:45再入館

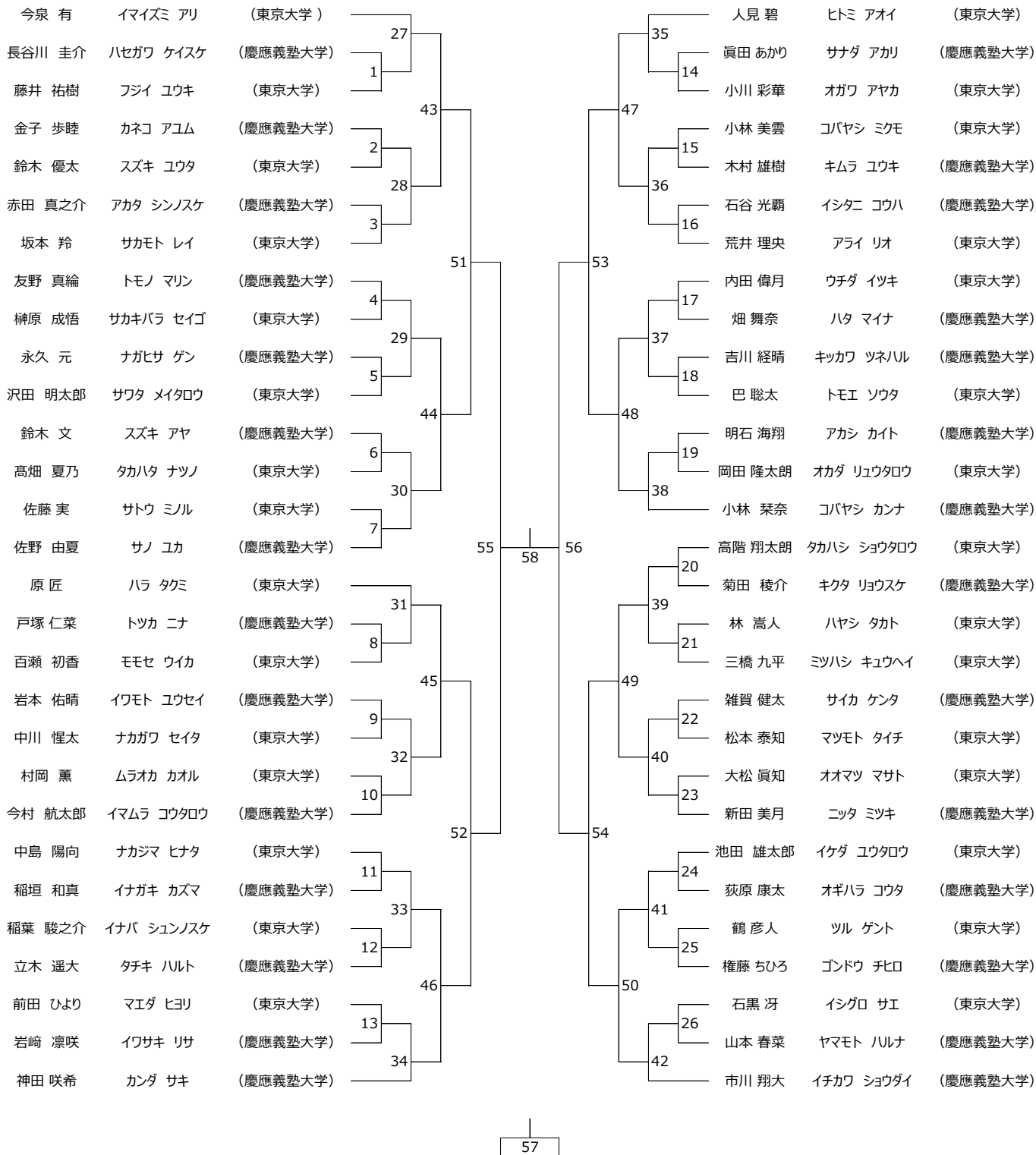
【新人競技参加者】

・ 開会式：12:05入館

・ 新人競技：18:30～18:55再入館(競技後そのまま閉会式)

トーナメント

1. 新人運足八法競技



優勝	第2位	第3位	第4位

トーナメント

2. 男子段位個人法形

指定法形：捻体の法形

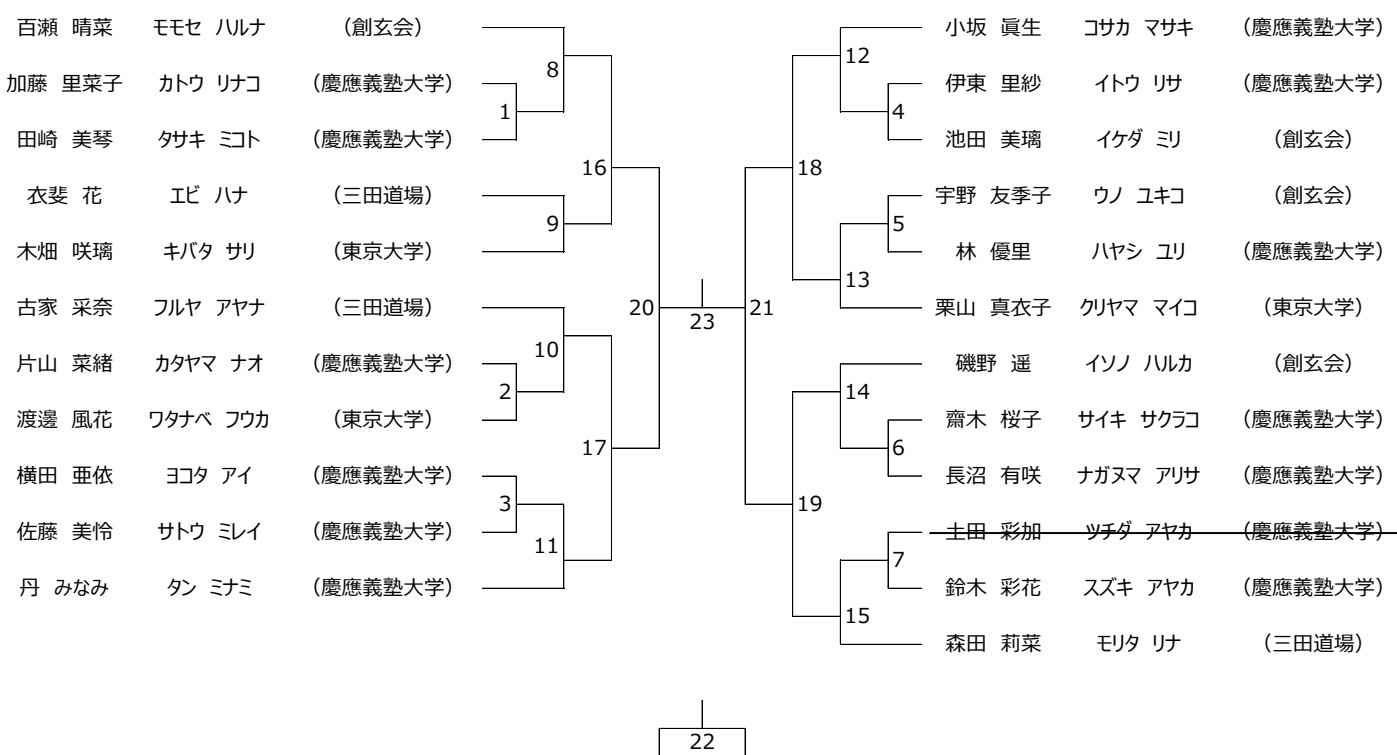


優勝	第2位	第3位	第4位

トーナメント

3. 女子段位個人法形

指定法形：捻陰の法形

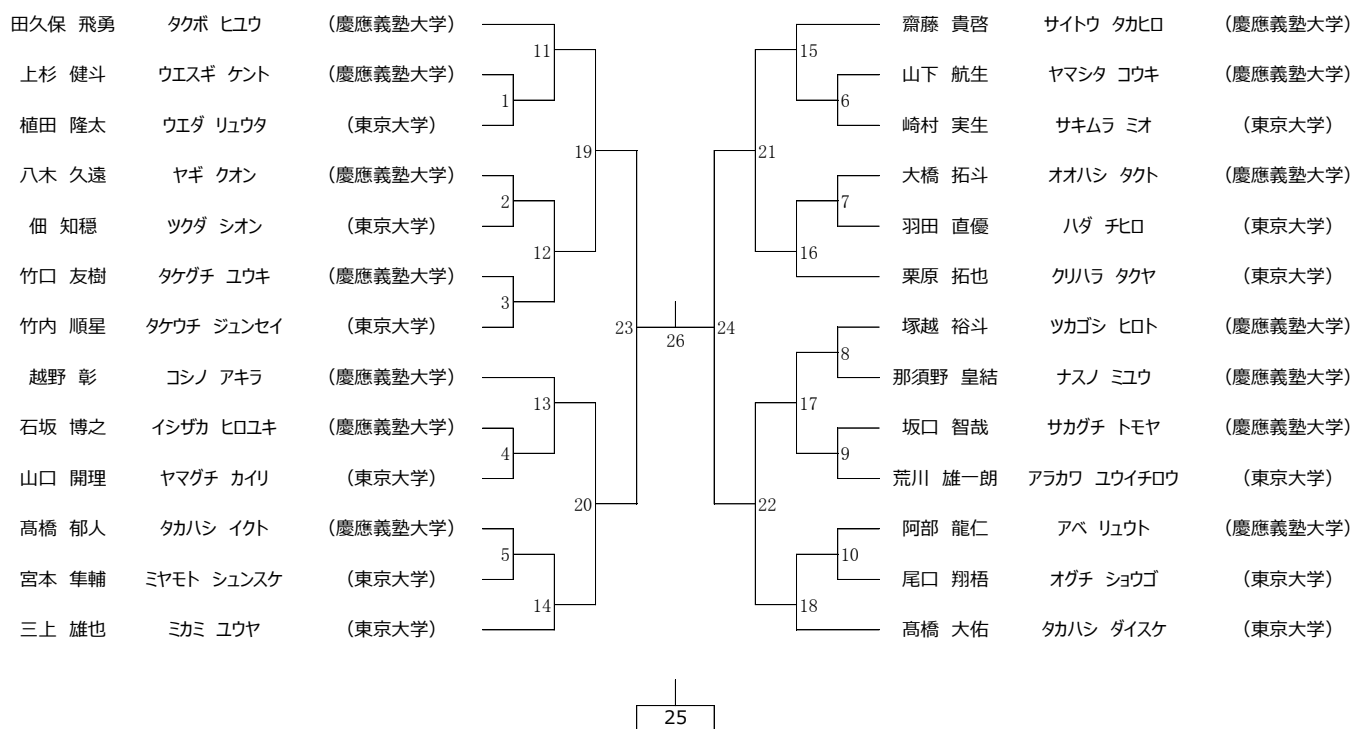


優勝	第2位	第3位	第4位

トーナメント

4. 男子級位個人法形

指定法形：変体の法形

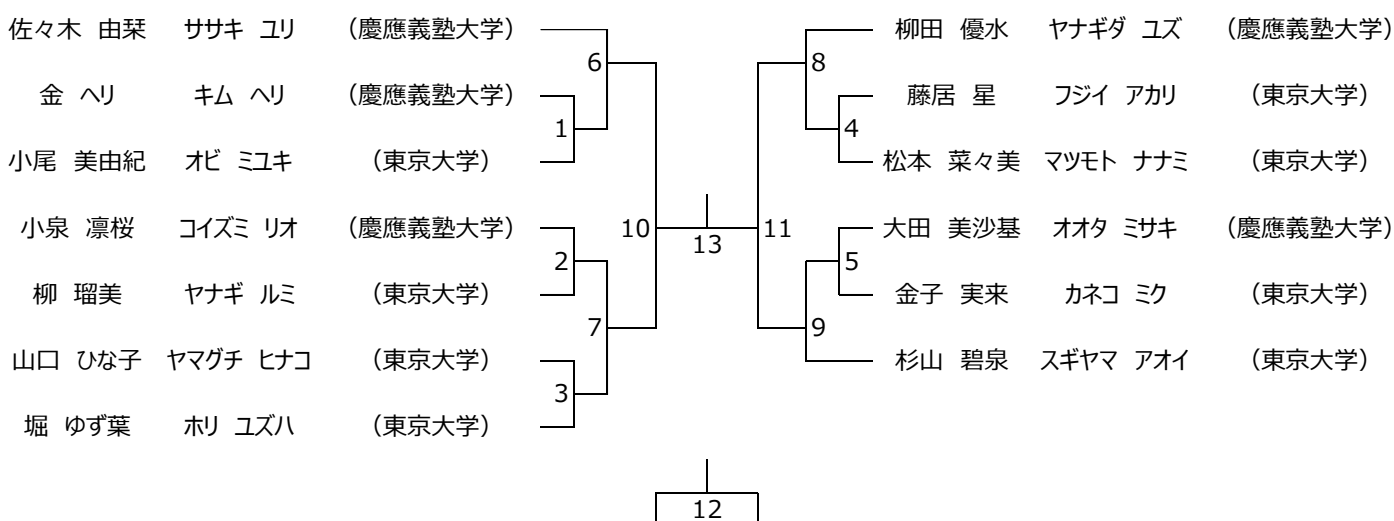


優勝	第2位	第3位	第4位

トーナメント

5. 女子級位個人法形

指定法形：変陰の法形

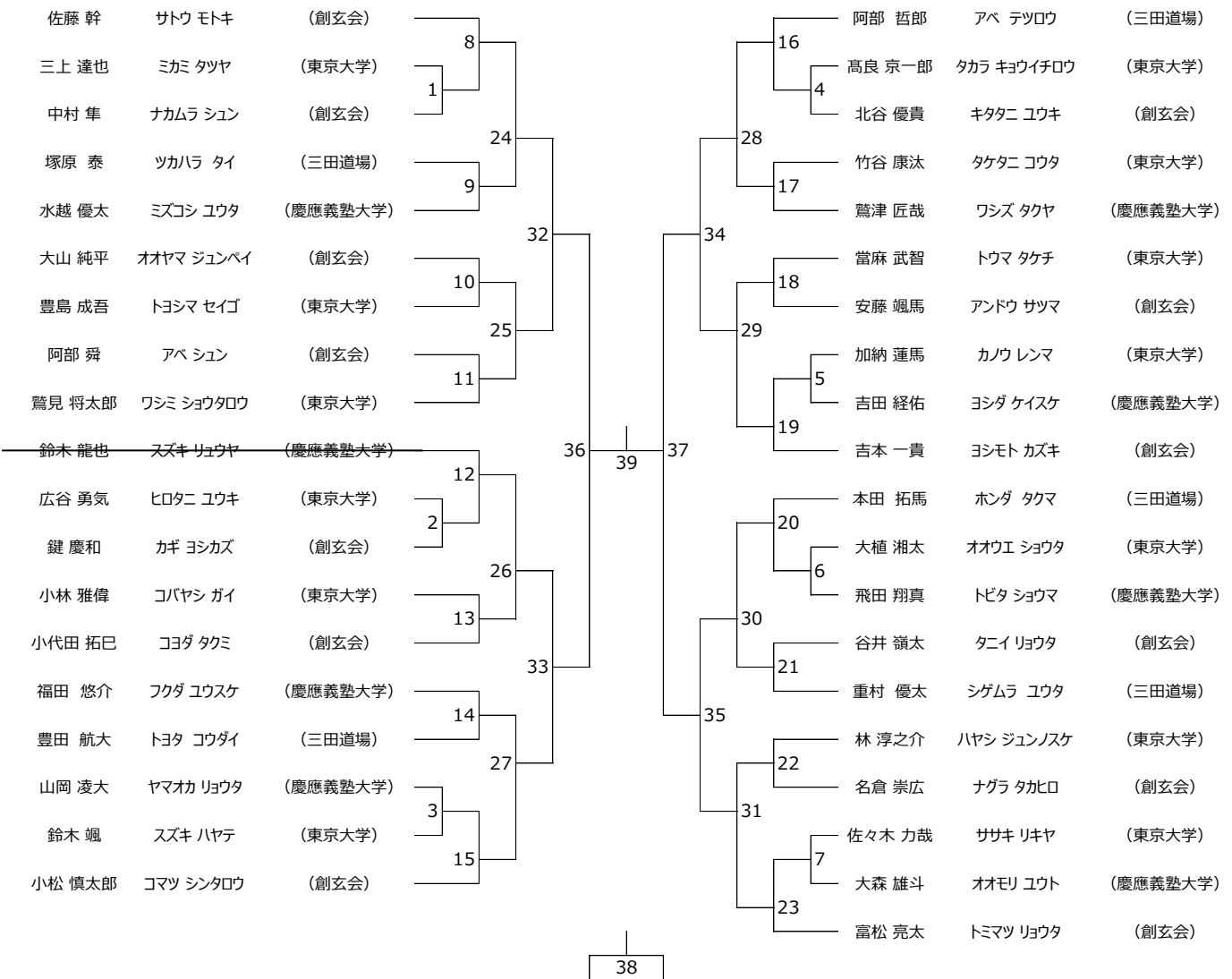


優勝	第2位	第3位	第4位

トーナメント

6. 男子段位個人実戦

試合時間 1分30秒
胴プロテクター着用厳守

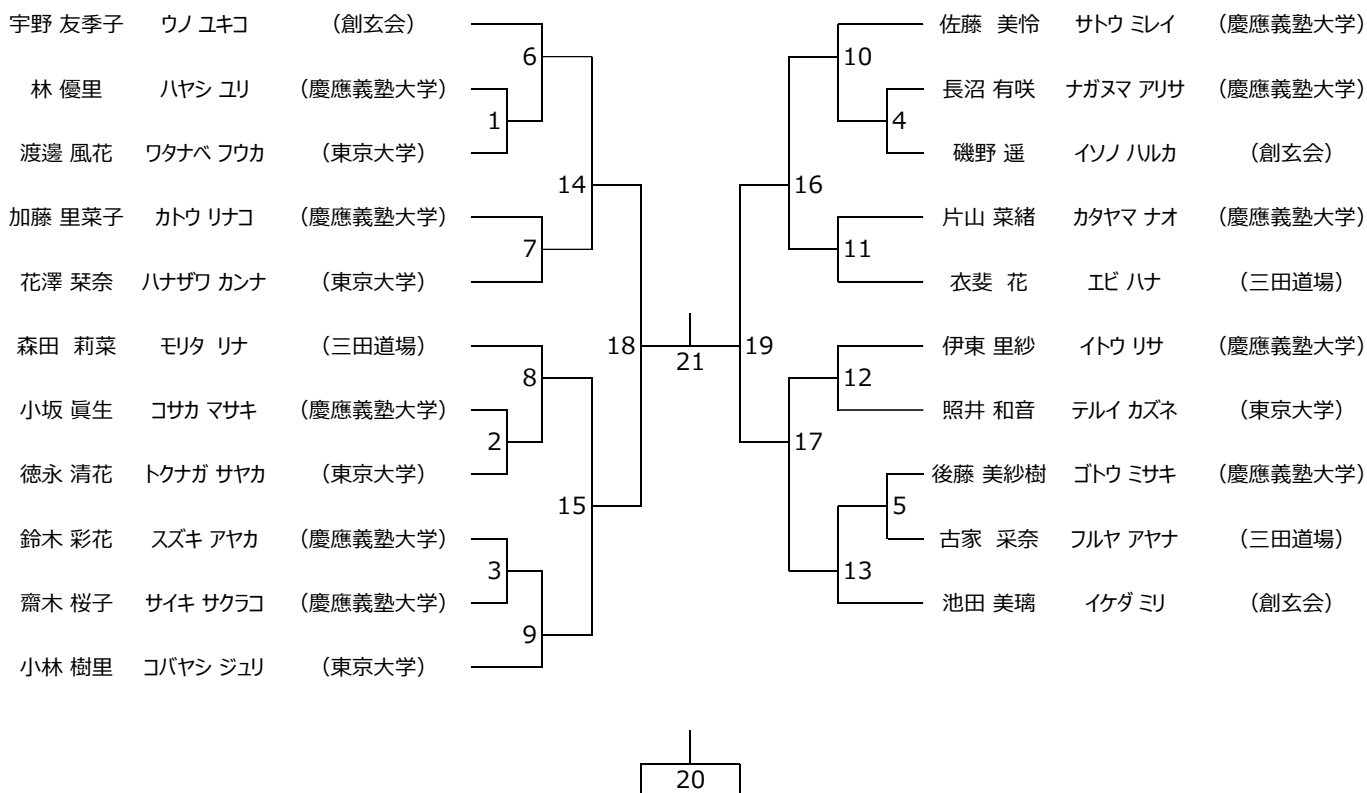


優勝	第2位	第3位	第4位

トーナメント

7. 女子段位個人実戦

試合時間 1分30秒
胴プロテクター着用厳守

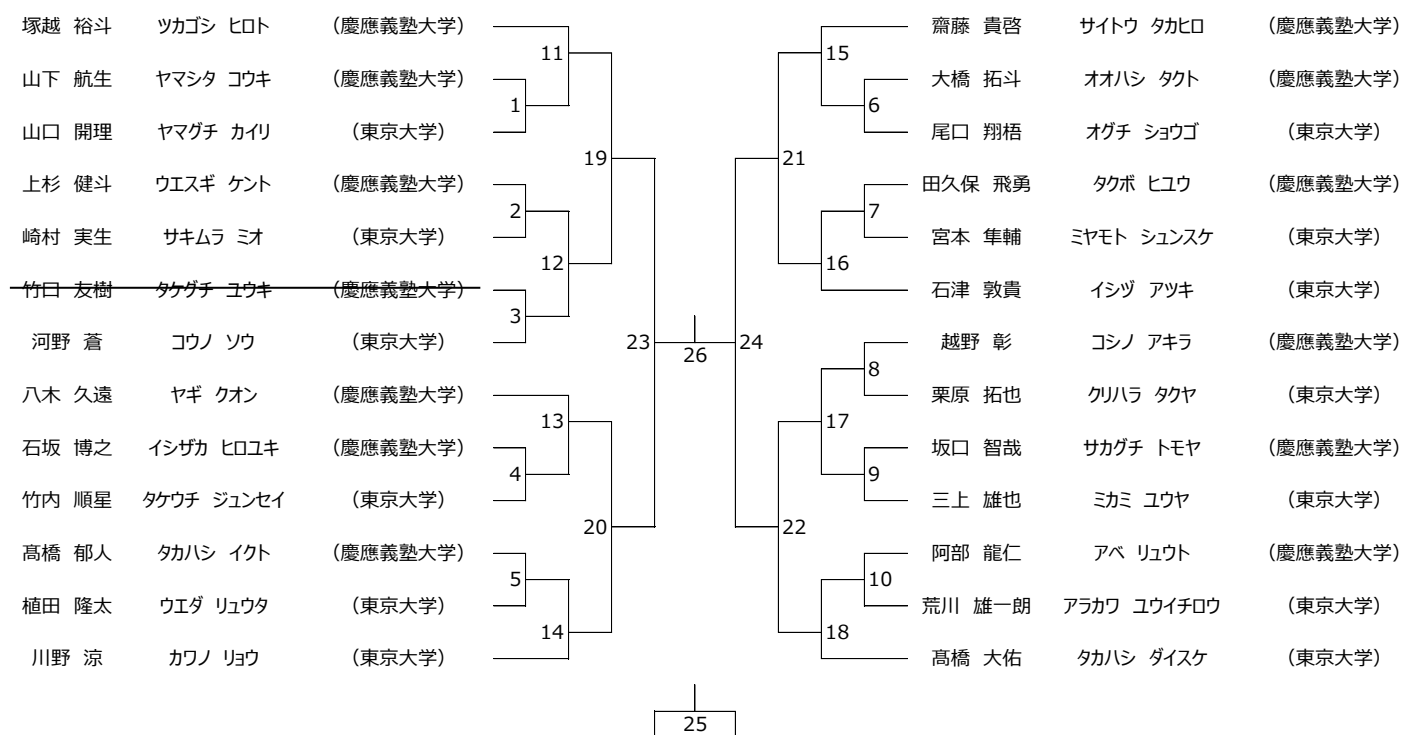


優勝	第2位	第3位	第4位

トーナメント

8. 男子級位個人実戦

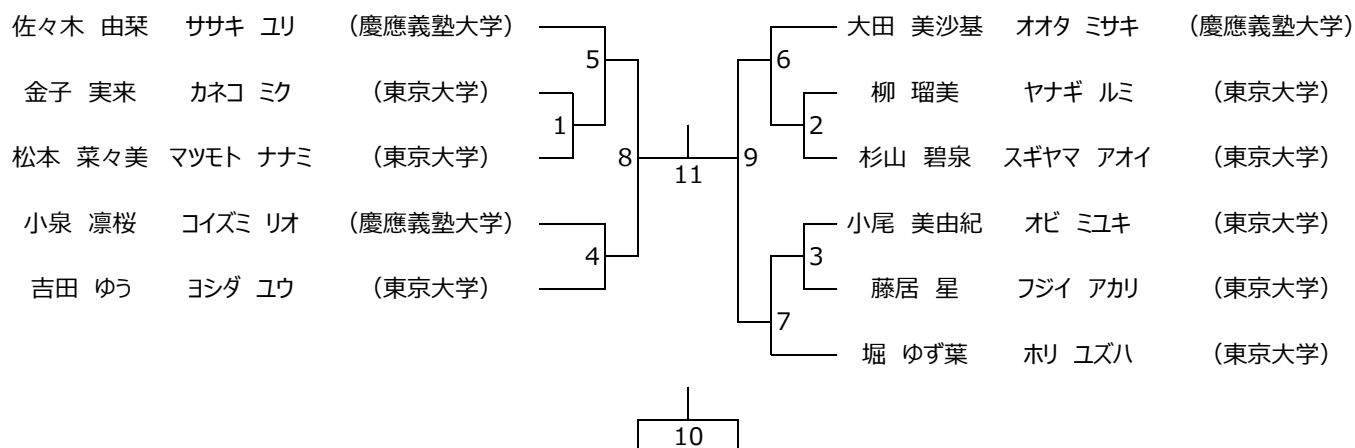
試合時間 1分30秒
胴プロテクター・面ピット着用厳守



優勝	第2位	第3位	第4位

トーナメント 9. 女子級位個人実戦

試合時間 1分30秒
 胴プロテクター・面ピット着用厳守



優勝	第2位	第3位	第4位

試合会場アクセス

- 会場：中央区立総合スポーツセンター第1武道場
 - 住所：〒103-0007 東京都中央区日本橋浜町 2 丁目 5 9 - 1
 - 電話：03-3666-1501
 - アクセス：
 - HPご参照（<https://www.chuo-sports.jp/>）
 - お車で来られる場合、利用者専用地下駐車場 をご利用ください（有料）
 - 利用時間：午前7時00分から午後9時30分
- 利用料金：最初の30分無料。以後30分ごとに100円

ライブビューイング

リンク

- Aコート : <https://youtube.com/live/Zg9HEIE6dH4?feature=share>
Bコート : <https://youtube.com/live/pRuLy7tACmE?feature=share>



Aコート



Bコート

ライブビューイング会場

①NATULUCK茅場町 新館 2階大会議室

場所：〒103-0026東京都中央区日本橋兜町12-7兜町第3ビル

アクセス：東京メトロ東西線 茅場町駅 徒歩4分

時間：13:00～18:00

設備：定員61名・70m²

https://spacemarket.com/p/Vl_cdsXMHWerUCIf

[利用案内：利用にあたってのルール、注意点、駅からの経路](#)

[開錠方法：鍵の暗証番号](#)

[ご予約様用：緊急問い合わせ先等](#)

鍵開け・設営などは慶應の役員（主担当：学肆 安田）が担当します。

不明点はこちらへご連絡ください→ 2025sogenhai_unnei@googlegroups.com

②中央区立総合SC剣道場

場所：〒103-0007 東京都中央区日本橋浜町2丁目59-1 地下1階（大会会場隣）

時間：18:30～21:30

諸注意

- 事前確認のお願い
 - 本大会は、通常の大会ではなく、指導的要素を重視した大会になります。そのため出場選手・審判ともに、競技内容や判定の観点について事前に熟読の上、ご参加ください。
- 持ち物
 - 出場選手は大会当日、「健康保険証」を必ずご持参ください。
- 服装
(選手)
 - 出場選手は、日本剣道協会公認の剣道着を着用してください。
 - 実戦競技出場選手は、必ず指定の胴プロテクターを道着の下に着用してください。級位実戦出場選手は面ピット着用も必須となります。段位実戦出場選手も着用可能です。
- 開会式
 - 出場選手は事前に「剣道五条訓」を練習し、唱和できるようにしておいてください。
- 食事
 - コートでの食事は一切禁止となります。
- ゴミ
 - お持ちになったゴミはご自身・所属団体に必ず持ち帰りください。また、退館時、道場等にゴミが残っていないことを確認の上、ご移動ください。
- 大会中の所作
 - 他のお客様の妨げになるような事がないように心がけてお過ごしください。
 - 問題や緊急事態が発生した場合は、速やかに実行委員会にお知らせください。
- 貴重品
 - 各団体に貴重品の管理を行ってください。実行委員会では貴重品の保管場所などのご準備はございませんのでご容赦ください。
- 怪我
 - 選手が試合中に負傷し、試合続行できない状態が3分以上続いた場合、棄権扱いとします。

躰道五条訓

- 一、心明鏡にして諸行の実相を写し
心位正しきを得れば惑さる事なし
- 一、態端正にして心形の一体を図り
態位正しきを得れば侮られる事なし
- 一、氣充溢にして精氣を丹田に発し
氣位正しきを得れば恐れ戦く事なし
- 一、行実践するに倫理の常道を守り
行位正しきを得れば誤り行う事なし
- 一、技変にして身体を自在に移し
技位正しきを得れば制される事なし

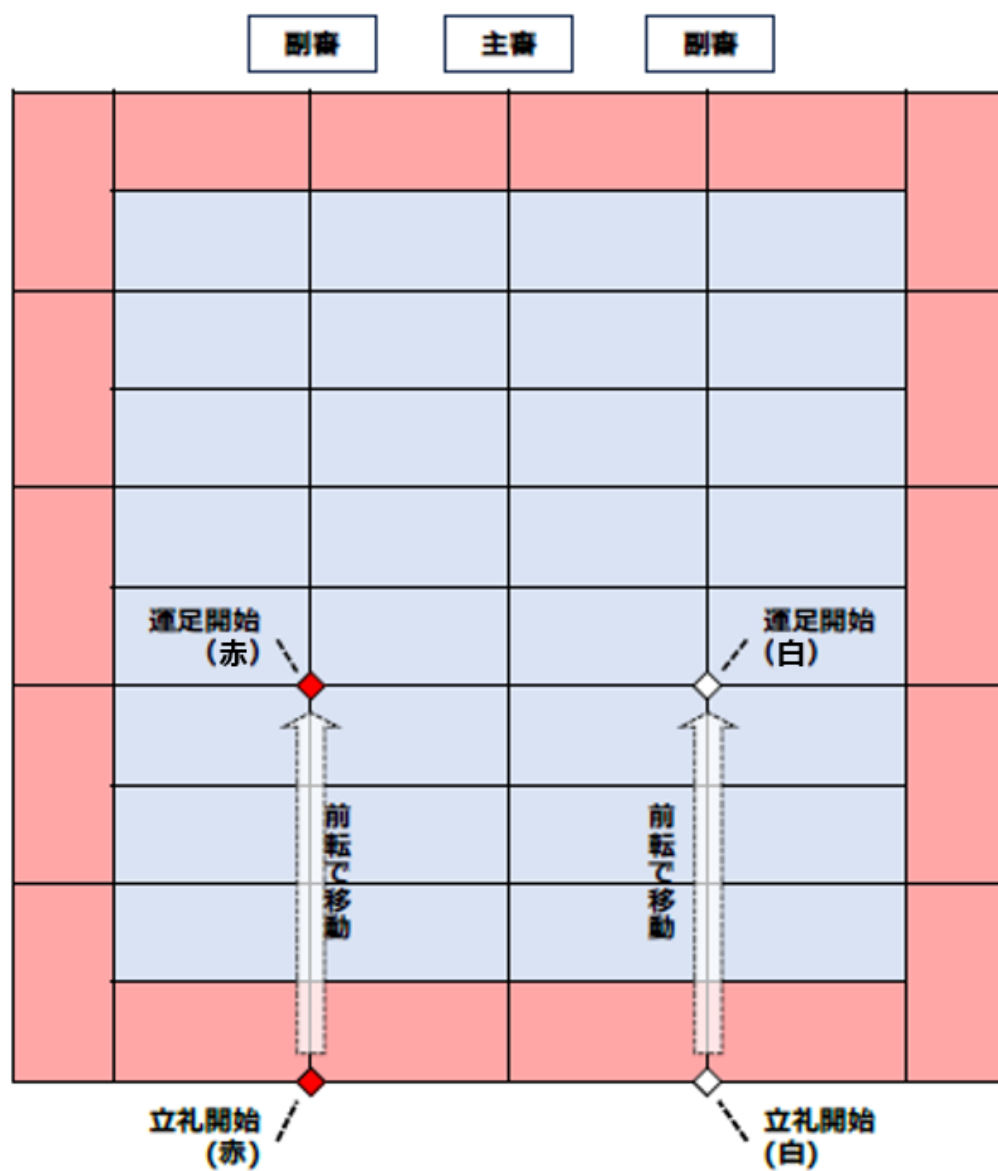
岳雲



別紙1:競技内容(詳細)

別1:1.新人運足八法競技

競技の狙い	- 新人が十分な習熟期間を経ず大会出場に臨むことを鑑み、将来的な実技向上のために大会開催月時点で重視すべき実技の定着度・習熟度を競う。 <重視すべき実技> ✓ 基本的な立ち方、体気 ✓ 動攻五戒を意識した旋技/運技/変技 ✓ 躰道・武道的要素を意識した運身 ✓ 礼法(立礼、座礼)や基動点・基動線
競技の概要	以下の筋に則り、運足・基本技を行う。 <運足八法競技の流れ> - 開始位置に移動し、結び立ちで起立。 - 結び立ちのまま、審判の笛①で立礼後、閉足立ちに移行。 ※立礼から判定対象となります - 開始位置にて、閉足立ちから左中段構え。 - 開始位置から、運足八法開始位置(コート端から2畳)まで前転で移動し、前転から滑らかに左下段構えに移行。 ※基動点から外れた箇所では前転を終了し、下段構えが基動点から外れてしまった場合、運足開始前に必ず基動点に戻ること。開始時点で基動点にいない場合は減点とする。 - 審判の笛②で、運足八法(左下段側)を行う。 ただし、運足八法中には以下の順番で旋・運・変の実技を行う。 - 送足 - 引足 - 加足 - 旋体直状突き・原態(退足) - 減足 - 交足 - 点足 - 運体蹴り突き(追足は行わない) - 退足 - 変体海老蹴り (原態後)右中段構え (右中段構え後)右下段構え ※相手選手よりも先に右下段構えをとった場合は、審判の笛③まで下段構えにて待機 - 審判の笛③で、運足八法(右下段側)を行う。運足八法の順番は、左下段側と同様。 1～12. 同上 13. 左下段構え後、正座 14. (正座後)座礼 <実技参考動画> 正面視点: https://youtu.be/Cdwavip_hrk
判定	3名の審判が、以下の観点で実技の評価を行い、審判員の赤白の旗の数によって勝敗を決定する。 ✓ 基本的な立ち方(常の身、立ち方八態、構え)、体気の体得 ✓ 旋技/運技/変技の動攻五戒(単技・連技)の体得 ✓ 躰道・武道的要素を意識した運身の体得 ✓ 基本的な礼法(立礼、座礼)や意識の体得 ✓ 基動点・基動線の意識定着
出場資格	- 一般無級(2026年度入部した新人)及び初階 - 男女混合



別2:2. 男子段位個人法形 / 3. 女子段位個人法形 / 4. 男子級位個人法形 / 5. 女子級位個人法形

競技の狙い	- 呼吸法を適切に用いることで、隙のない法形が体现できること、あるいは威力や速度など実技の向上が図れることを学び、体得を目指す。 - 法形競技の判定において、呼吸法が適切に用いられているかという観点も重要であることを改めて認識し、判定を行う。
競技の概要	捻体/捻陰/変体/変陰の呼吸法の想定および注意すべき観点に関する下記資料を参考に稽古を積み、競技においては呼吸法に特に留意した上で、指定法形を実施する。
指定法形	- 男子段位個人法形: 1回戦から決勝戦まで捻体の法形。 - 女子段位個人法形: 1回戦から決勝戦まで捻陰の法形。 - 男子級位個人法形: 1回戦から決勝戦まで変体の法形。 - 女子級位個人法形: 1回戦から決勝戦まで変陰の法形。
判定	3名の審判が実技の評価を行い、審判の赤白の旗の数によって勝敗を決定する。 - 審判は、法形の十大要素を基準とし、基礎動作及び動功五戒による基本技法の体得度により判定を行う。絶対的評価による加減点法で計算し、赤白選手の相対的評価によって勝敗の判定を行う。 - 判定基準に関しては、ルールブックに記載の通りだが、呼吸法が適切に用いられているかという観点も考慮すべきことを改めて認識し、審判は判定を行う。呼吸法の習熟度による特別な加減点等は設けない。
出場資格	男子段位個人法形: 初段以上(黒帯)、男子 女子段位個人法形: 初段以上(黒帯)、女子 男子級位個人法形: 色帯(1～6級)、男子 女子級位個人法形: 色帯(1～6級)、女子
参考資料	捻体/捻陰/変体/変陰の呼吸法の想定および注意すべき観点 https://docs.google.com/spreadsheets/d/1wTmm-TgX-gXAFpwLuNNyjHx0azmySezfCAFsfpBQT5Y/edit?usp=sharing なお、本資料に記載の呼吸法の想定は、本大会の法形競技においてこの通りの呼吸法で実技を実施しなければならないというものではなく、一定独自の解釈を加え呼吸法を再構築し、実技を実施しても構わない。本資料は法形における呼吸法の理解および訓練のために参照されたい。

別3:6. 男子段位個人実戦/7. 女子段位個人実戦

競技の狙い	■ 「攻防が展開し始める前に調和を崩すことで、相手に対して有利な状況(瞬間)を作り攻防を行う」実戦を体得することを狙う。 ■ 選手が競技の狙いを意識して実技を行えるよう特別審を配置し、競技の狙いに即した特に優れた実技を行った選手には特別賞を(男女合わせて最大4名)授与する。
競技の概要	■ 試合時間は1分半。 ※実戦競技の時間は、主審の競技開始の合図により計るものとし、主審あるいは副審がホイッスル等で試合を制止した時、計時係は時間を止め主審の合図で再開する。
判定	・ 試合の進行と判定を担う主審・副審・補審に加え、特別賞の審査を担う特別審2名の5名体制で試合を行う。 ・ 原則は判定時において、特別審は当該実技における運足・運身・操体の外要素・内要素を見て、競技の狙いに即している度合いを評価する。なお、この評価は主審・副審による技の判定には影響しない。 ・ 主審・副審は、運足・操体・制法・極技・原態の流れに加え、日本剣道協会指導局による2025年度実戦競技重点テーマの観点を鑑み、判定を行う。 特に、操体不十分な(片手卍、操体と制法が分離した)技についてはポイントを取らない。 <u>*参考:日本剣道協会2025年度実戦競技重点テーマ</u> ● 構え・運足・操体と相手に対して正しく行うこと ○ 全体、足向、膝向、体の向き、腰動、重心、体技不一致、三つの嫌い(飛び足、摺り足、浮き足)、内弦、応変実動、動功五戒 ● 原態復帰までしっかり行うこと ○ 気抜け、目技、間合い、制御 ● 突き技の防手を徹底すること ○ 旋・運・捻・転の際の顔面カバー等 ● 攻撃の目標を正しく行うこと ○ 運足～原態、蹴りの抱え、膝向 ● 正しい応変風靡、防体・操体不十分な技の禁止。 ○ 片手卍、運突き等
出場資格	男子段位個人実戦:初段以上(黒帯)、男子 女子段位個人実戦:初段以上(黒帯)、女子

別4:8. 男子級位個人実戦/9. 女子級位個人実戦

競技の狙い	■ 従来の実戦競技においては、ポイント取得を主眼に置いた実技展開となりやすいことを鑑み、「躰道らしい実技」を志向する実戦を体得することを狙う。 ■ そのため、日本躰道協会指導局による2025年度の重点テーマ*を評価に組み込み、判定を行う。 また、選手/審判が競技中も重点テーマを意識して実技を行うことができるように競技ルールを変更し、試行する。
競技の概要	■ 試合時間は1分半。 ※実戦競技の時間は、主審の競技開始の合図により計るものとし、主審あるいは副審がホイッスル等で試合を制した時、計時係は時間を止め主審の合図で再開する。 ■ 試合開始後、45秒が経過したタイミングで試合を中断し、指導審判員より、指導を行う。指導後、競技を再開し、主審・副審等による判定を行う。 <競技の流れ> ■ 主審の合図により、競技を開始。 ■ 競技開始45秒後、指導審判員による指導を行う。 ■ 指導後、競技を再開し、45秒後の競技時間後、審判の合図により競技を終了する。
判定	■ 試合の進行と判定を担う主審・副審・補審に加え、指導と指導判定を担う指導審判員の4名体制で判定を行う。 主審・副審は、運足・操体・制法・極技・原態の流れに加え、日本躰道協会指導局による2025年度実戦競技重点テーマの観点を鑑み、判定を行う。特に、操体不十分な(片手卍、操体と制法が分離した)技についてはポイントを取らない。 <u>*参考:日本躰道協会2025年度実戦競技重点テーマ</u> ● 構え・運足・操体と相手に対して正しく行うこと ○ 全体、足向、膝向、体の向き、腰動、重心、体技不一致、三つの嫌い(飛び足、摺り足、浮き足)、内弦、応変実動、動功五戒 ● 原態復帰までしっかり行うこと ○ 気抜け、目技、間合い、制御 ● 突き技の防手を徹底すること ○ 旋・運・捻・転の際の顔面カバー等 ● 攻撃の目標を正しく行うこと ○ 運足～原態、蹴りの抱え、膝向 ● 正しい応変風摩、防体・操体不十分な技の禁止。 ○ 片手卍、運突き等 ■ 指導審判員は、日本躰道協会指導局による2025年度実戦競技重点テーマに基づき、赤白双方の指導ポイントの判定を行う。 ■ 赤白の勝敗は、主審・副審による判定に加え、指導審判員の指導ポイントも加味し、判断を行う。

	<判定の流れ>			
	試合時間	競技の流れ	今大会での追加基準	判定
	競技開始 ～45秒	主審の笛で競技開始し、審判の合図により競技停止	主審・副審 - 操体不十分/制法・防手不十分/極技不十分/原態不十分の場合は、技の評価をワンランク落とすこととする。 指導審判員 - 別紙2の実戦採点表に基づき、構え/運足/操体/制法・防手にて指導を要すると判断された内容に応じて、指導ポイントを付与する。	45秒の間に「一本」または「失格」の判定が行われた場合、勝敗が決する。
	指導時間	- 指導審判員により競技者に指導を実施 - 所定の判定ルールに則り、指導内容を判定に反映	指導審判員 - 指導ポイントの付与数に応じて、指導された選手の相手選手に「有効」等の追加判定を行う。 - 指導ポイントによる判定も、通常判定と同様に、「有効」2本で「技有」とし、「技有」2本で「一本」とする。 - 指導ポイント×5で相手選手に「有効」を追加	指導審判員の追加判定により、既存の判定が「一本」の判定に繰り上がった場合、勝敗が決する。
	指導後 ～45秒	主審の笛で競技再開し、審判の合図により競技停止	主審・副審 - 操体不十分/制法・防手不十分/極技不十分/原態不十分の場合は、技の評価をワンランク落とすこととする。 指導審判員 - 別紙2の実戦採点表に基づき、構え/運足/操体/制法・防手にて指導を要すると判断された内容に応じて、継続して、指導ポイントを付与する。	- 技有vs有効や、注意ありvsなしなど、判定により勝敗がつく場合は、判定結果により勝敗を決する - 双方有効など、判定上、引き分けになった場合は、指導審判員が付けている指導ポイントの数が少ない方を勝者とする。 - 指導審判員の指導ポイントの数も同数だった場合は、主審・副審・指導審判員3名の合議により、内容の優劣によって勝敗が決する。
出場資格	男子級位個人実戦:色帯(1~4級)、男子 女子級位個人実戦:色帯(1~4級)、女子			

別紙2 : 実戦競技指導採点表

実戦競技指導観点採点表

コート: _____ 指導審判員: _____

	赤			白	
	選手名：			選手名：	
項目	指導観点	指導回数		指導観点	指導回数
構え	全体の保持			全体の保持	
	前傾			前傾	
	後傾			後傾	
	膝角			膝角	
	足向			足向	
	本手			本手	
	添手			添手	
	腰点			腰点	
運足	手動			手動	
	足動			足動	
	体技一致			体技一致	
	腰動			腰動	
	重心			重心	
	調子			調子	
	間合い			間合い	
	体向			体向	
基線			基線		
操体	操体不十分			操体不十分	
制法・防手	抱え・引き足			抱え・引き足	
	防手			防手	
所作	所作			所作	
指導数合計					

項目	指導観点	説明
構え	全体の保持	「全体の保持」の中でチェックすべき要点は次の5点。 頭角 構えや施技時等における頭部の角度のこと。 頭の角度を、体軸・基動線・基動軸との関連の中で観る。顎の引きすぎや上げすぎを中心に、斜傾等と着眼との関連及び、「頭・手・体・腰・足」の関連に注意し正面や側面から観る。 胸角 構えや施技時等における胸部の角度のこと。 胸の角度を、体軸・基動線・基動軸との関連の中で観ます。胸の張りすぎや引きすぎを中心に、「頭・手・体・腰・足」の関連にも注意して正面や側面から観る。 上体 構えや施技時等における上半身の安定度のことです。 上体の安定度を、体軸・基動線・基動軸との関連の中で観る。 上体のふらつきを重心の高さや「頭・手・体・腰・足」の関連に注意して正面や側面から観る。 下体 構えや施技時等における下半身の安定度のこと。 下体の安定度を、体軸・基動線・基動軸との関連の中で観る。 下体のふらつきを重心の高さや「頭・手・体・腰・足」の関連に注意して正面や側面から観る。 全体 構えや施技時等における全体の安定度のこと。 全体の安定度を、体軸・基動線・基動軸との関連の中で観る。 全体のふらつきを重心の高さや「頭・手・体・腰・足」の関連に注意して正面や側面から観る。
	前傾	各構え等における上体の前傾度のこと。 各構え時やえ字突き等の上体の前傾度を左右側面から観て、体軸が基動軸を基準に前傾になっていないかを観る。
	後傾	各構え等における上体の後傾度のこと。 各構え時の後傾度を左右側面から観て、体軸が基動軸を基準に後傾になっていないかを観る。
	膝角	各構え等における前足・後足の膝の角度のこと。 各構え時の膝内角度を腰点との関係から、下段・上段の場合は90度で、中段の場合は両膝内角とも約120度で前膝は側面・後ろ膝は前後からも観る。
	足向	各構えにおける前足・後足のつま先方向のこと。 各構え時の両足爪先方向は、下段の場合は両足爪先縦基動線方向、中段の場合は前足爪先縦基動線で後足爪先横基動線方向、上段構えの場合は前足爪先横基動線で後足爪先縦基動線方向なるようにする。
	本手	各構えにおける構え手のことでそれを本手という。その軌道、所定位置や角度、方向を観る。 (1)下段構えの本手の差し込み位置は反対側の肩峰と首の付け根の中間部の位置で、掌を回外させ手刀部をつけ指先から肘までが一直線になる。 肘が上がりすぎたり手首が曲がったり差し込んだ本手が首についたりしないように注意する。添え手との関連に注意し、添え手を引き手所定位置に引きながら本手下段構えの本手所定位置へ移動させて構える。本手所定位置までの動きの軌跡と、構え終わる瞬間に掌を回内させているかなどを観る。 (2)中段構えの本手の差し込み位置は、下段構えと同様。添え手との関連に注意し、添え手を添え手所定位置に引きながら中段構えの本手所定位置へ移動させて構える。本手所定位置までの動きの軌跡と、構え終わる瞬間に掌を回内させて掌を立てているかなどを観る。 (3)上段構えの本手位置は、下・中段構えの本手を添え手として差し出しながら添え手としてあった手で顔面部を払いながら下段位置へ、 本手を後方所定位置(上腕水平、前腕垂直位置)へ移動させます。掌は正面、縦軌道線方向へ向けているかなどを観る。

項目	指導観点	説明
	添手	各構えにおける添え手の動きと所定位置や角度、方向を観る。 (1)下段構えの添え手の差し出し位置は、手を伸ばしながら掌を回外させ上方へ向け正中線上でほぼ水平位置へ差し出す。 肘の伸びすぎ、指先の方向などにも注意して観る。 (2)中段構えの添え手の差し出し位置は下段構えと同じ。本手を所定位置に移動させながら添え手は少し引いて尺骨の骨頭が第1012肋骨の下(雁下の前あたり)に付けるように引く。指先は正中線方向でほぼ水平になる。手首の曲がり、脇の開き、指先の方向などにも注意して観る。
	腰点	構え等における腰の位置のこと。腰の向きも含む。 前後左右側面から観て腰の位置が正しいかを、体軸と基動軸を基準に各構え時の腰の位置に注意して観る。 (1)下段構えは、え字立ち時の前膝内角度が直角にならずに鋭角になることが多いので注意して観る。 (2)中段構えの場合は、「七減三加」に注意し、両膝内角度が約120度で前後左右側面からみて体軸とずれていないかなどを観る。
運足	手動	運足時における手の操法のこと。 運足時における構え手の操法が無駄や遊びが無く基準に従った所定位置や方向、角度をとっているかを観る。 また、添手の抱え不足、左右上下の無駄な軌跡や目標不足、立ち方と呼吸とのタイミング等も観る。
	足動	運足時における足の操法のこと。 運足時に「運足三つの嫌い」つまり飛び足・浮き足・摺り足がないようにする。また、動く範囲を大きく面を広く活用しているか、軸足への引付けが甘くないか(股関節)、体軸の移動が小さくないかも加味して観る。踵から踏むのも注意して観る。
	体技一致	運足時の手足と体の状態や躰技における体の状態と極め技の状態を一致させること。 運足時には体の動きと構え手・足の動きの一致を、各技のなかでは手足による極めと体の状態が一致しているかを観る。
	腰動	運足時や各技における腰の安定度のこと。 運足時に不安定な腰の動きや、足の動きと一体でない腰の動きにならないように体軸と基動軸が一致しているかを観る。
	重心	体の重心を下げ安定した動きができていないこと。 重心を下げ安定した構え/運足から技を出しているかを呼吸と強弱との関連の中で観る。 全体の流れの中で構えや移動、施技時等の腰の高さ、ふらつきに注意して正面や側面から観る。
	調子	構えや技の前後における肘や体で調子をとること。 添え手と構え手操法、技時の肘や手首の無駄な遊びや脇空きなどに注意して観る。
	間合い	相対時における適正な距離のとり方のこと。 相手との適正な距離のとり方を全体の流れの中で観る。
	体向	運足中の中段構え以外の時間も含めた構えの向きのこと。運足中に頭手体腰足が相手に正しく向いているかを観る。
	基線	運足移動時や技(操体)時における守るべき基動線のこと。 運足移動時に基動点を中心に基動線(前後・左右・45度方向など)に沿って動いているかを観る。
操体	操体不十分	技時に、十分に防御を意識した操体を行ったうえで制法・極技に入っているかを観る。 操体のエネルギーが感じられない突きや蹴りは判定対象とはせず、改善が見られない場合は注意の対象とする。
制法・防手	抱え・引き足	蹴りの際の抱えや引き足を意識できているかを観る。
	防手	突きの前の顔面カバーや防ぎ手のこと。 旋体直状突きや運体飛燕突きの際に、防手を意識できているかを観る。
所作	所作	競技の開始後の礼から終了の礼まで、構えを維持し続けること。 審判からの指示以外で、構えを解いていないかどうかを観る。

編集 2026年6月
創玄杯実行委員会